Standard-Trainingskonsole – Bedienungsanleitung

LifeFitness

Inhaltsverzeichnis

ERSTE SCHRITTE

3 Ihr Kauf
4 Störung von Radio-/Fernsehgeräten
5 Sicherheitsanweisungen
6 Kontaktherzfrequenz

KURZANLEITUNG

7 Standard-Trainingskonsole

BEDIENUNG

9 Verwendung der Standard-Trainingsanzeige
10 Verwendung der Standard-Trainingskonsole
18 Verwendung der Trainingsprogramme
23 Verwendung des Menüs „Einstellungen“

WARTUNG UND TECHNISCHE DATEN

25 Tipps zur Wartung und Pflege
26 Fehlersuche
27 Service und Reparatur
28 Service und Reparatur – International
29 Garantieinformationen
32 Technische Daten

Wir danken Ihnen für den Kauf Ihres Life Fitness Produktes. Bitte lesen Sie diese Bedienungsanleitung sowie die Standard-Einbauanleitung vor der Verwendung dieses Gerätes vollständig durch, um das notwendige Wissen für die sichere und vorschriftsmäßige Bedienung dieses Gerätes zu erwerben. Wir hoffen, dass das Produkt Ihren Erwartungen entspricht. Falls Sie Probleme mit dem Gerät haben sollten, schlagen Sie bitte unter *Service und Reparatur* im Abschnitt *Bedienung* nach. Dort finden Sie Informationen darüber, wie Sie Produktservice in Ihrem Heimatland und auf internationaler Ebene erhalten.

Dieses Handbuch beschreibt die Funktionen des folgenden Gerätes:

Life Fitness Standard-Trainingskonsole.

⚠ **Achtung:**

Falsches oder übermäßiges Training auf dem Fitnessgerät kann zu Verletzungen oder Gesundheitsrisiken führen.

Sofern Risikofaktoren vorliegen, empfiehlt Life Fitness NACHDRÜCKLICH, sich vor erstmaliger Trainingsaufnahme gründlich von einem Arzt untersuchen zu lassen. Dies gilt insbesondere für Personen, die eine vererbungsbedingte Anlage zu Bluthochdruck oder Herzerkrankungen haben, über 45 Jahre alt sind, rauchen, überhöhte Cholesterinwerte aufweisen, übergewichtig sind oder im vergangenen Jahr nicht regelmäßig Sport getrieben haben.

Life Fitness empfiehlt außerdem, die ordnungsgemäße Verwendung dieses Gerätes von einem Fachmann erläutern zu lassen.

Wenn beim Training Schwäche, Schwindelgefühl, Schmerzen oder Atemnot auftreten, muss das Training sofort abgebrochen werden.

Vor Inbetriebnahme dieses Gerätes die GESAMTE Bedienungsanleitung sowie ALLE Montageanweisungen sorgfältig lesen.

Diese Unterlagen helfen beim schnellen Aufbau des Gerätes und erläutern die richtige und sichere Verwendung.

⚠ FCC-WARNUNG:
POTENZIELLE STÖRUNG VON RADIO-/FERNSEHGERÄTEN

Hinweis: Dieses Gerät wurde gemäß Teil 15 der FCC-Vorschriften (US-Fernmeldebehörde) getestet und entspricht den Grenzwerten für ein digitales Gerät der Klasse B. Diese Grenzwerte dienen dem angemessenen Schutz vor schädlicher Störabstrahlung bei Installation in Wohngebäuden. Dieses Gerät erzeugt und verwendet Hochfrequenzenergie, die bei unsachgemäßer Installation und Verwendung abgestrahlt werden und Funkstörungen verursachen kann. Es gibt jedoch keine Garantie dafür, dass bei bestimmten Installationen keine Störungen auftreten. Wenn dieses Gerät Störungen des Radio- oder Fernsehempfangs verursacht, was durch Ein- und Ausschalten der Geräte geprüft werden kann, sollte der Benutzer versuchen, die Störung durch eine oder mehrere der folgenden Maßnahmen zu beheben:

- Neuausrichtung oder -aufstellung der Empfangsantenne.
- Vergrößerung des Abstands zwischen Trainingsgerät und Fernseher/Radio.
- Anschluss des Trainingsgerätes an eine Steckdose eines anderen Stromkreises als den des Radios/Fernsehers.
- Konsultation des Vertragshändlers oder eines erfahrenen Rundfunk-/Fernsehmechanikers.

⚠ ACHTUNG:
JEGLICHE AN DIESEM GERÄT VORGENOMMENE ÄNDERUNGEN ODER MANIPULATIONEN KÖNNEN DIE PRODUKTGARANTIE UNGÜLTIG MACHEN!

Service- und/oder Reparaturleistungen – Wartung und Pflege ausgenommen – dürfen nur von autorisierten Servicetechnikern durchgeführt werden. Das Gerät enthält keine vom Benutzer zu wartenden Teile.

WICHTIGE SICHERHEITSANWEISUNGEN BEWAHREN SIE DIESE SICHERHEITSANWEISUNGEN AUF

⚠ **SICHERHEITSHINWEIS:**
DIE SICHERHEIT DES GERÄTES IST NUR GEWÄHRLEISTET, WENN ES REGELMÄßIG AUF SCHÄDEN UND VERSCHLEISS UNTERSUCHT WIRD. SIEHE *TIPPS ZUR WARTUNG UND PFLEGE* BZGL. DETAILLIERTER ANWEISUNGEN.

- Vor Inbetriebnahme dieses Gerätes die GESAMTE Bedienungsanleitung sowie ALLE Anweisungen sorgfältig lesen.
- Die Hinweise auf dem Display befolgen, um einen ordnungsgemäßen Betrieb des Gerätes zu gewährleisten.
- Wenn ein Gerät nicht ordnungsgemäß funktioniert, nachdem es fallen gelassen oder beschädigt wurde bzw. Teile des Gerätes mit Wasser in Berührung gekommen sind, wenden Sie sich bitte an den Kundendienst.
- Es dürfen keine Gegenstände in Geräteöffnungen gesteckt werden. Sollte etwas in eine Öffnung fallen, den Gegenstand vorsichtig entfernen. Falls das nicht gelingt, bitte Kontakt mit dem Kundendienst aufnehmen.
- Keine Flüssigkeiten jeglicher Art auf dem Gerät abstellen, außer auf der dafür vorgesehenen Zubehörablage. Es wird empfohlen, Behälter mit Deckeln zu verwenden.
- Das Gerät darf nicht im Freien, in der Nähe von Schwimmbecken oder in Bereichen mit hoher Luftfeuchtigkeit benutzt werden.
- Lose Kleidungsstücke, Schnürsenkel, Handtücher usw. vom Gerät fern halten.
- Ausreichend Freiraum um das Gerät herum belassen.
- Beim Aufsteigen und Absteigen vom Gerät stets vorsichtig vorgehen.
- Sportschuhe mit geeigneten Sohlen aus Gummi oder anderen rutschfesten Materialien tragen. Keine Schuhe mit Absätzen, Ledersohlen, Stollen oder Spikes verwenden. Auf keinen Fall barfuß trainieren.
- Das Gerät während des Betriebs nicht auf die Seite kippen.
- Hände und Füße von beweglichen Teilen fern halten.
- Ausschließlich Anbau- oder Zubehörteile installieren, die vom Hersteller geliefert oder empfohlen werden, um die ordnungsgemäße Funktion dieses Gerätes zu gewährleisten.
- Dieses Gerät in einem gut belüfteten Bereich betreiben.
- Dieses Gerät auf einer stabilen, ebenen Oberfläche betreiben.
- Sicherstellen, dass alle Komponenten gut befestigt sind.

Kontaktherzfrequenz

Bei Verwendung des optionalen Herzfrequenz-Kontaktsystems darauf achten, dass Sie die Sensoren fest greifen und die Hände still halten. Wenn die Herzfrequenz wesentlich höher oder niedriger als erwartet ist, müssen Sie die Hände von den Sensoren nehmen, bis die Herzfrequenz nicht mehr angezeigt wird. Trocknen Sie Ihre Hände und greifen Sie die Sensoren dann erneut, bis die Herzfrequenz richtig erscheint. Wenn dies nicht funktioniert, müssen Sie evtl. langsamer auf der Maschine trainieren, um einen genauen Anzeigewert zu erzielen. Aus Sicherheitsgründen und zur Erzielung einer genauen Herzfrequenzanzeige empfehlen wir, dass der Benutzer auf den Seitenschienen steht, wenn versucht wird, die Herzfrequenz mithilfe der Kontaktelektroden zu überwachen.

Hinweis: *Das Herzfrequenz-Kontaktsystem kann bei verschiedenen Benutzern mehr oder weniger genau funktionieren.*

Kurzanleitung: Standard-Trainingskonsole

Lesen Sie vor dem Aufbau des Gerätes die Bedienungsanleitung vollständig durch.

1. Belastungs-Anzeige – Zeigt die Schwierigkeitsstufe oder *die Steigung in Prozent* (*für Laufbänder*).
2. Zeit-Anzeige – Während des Trainings zeigt die Zeitanzeige die verbleibende Zeitdauer als Countdown an.
3. Geschwindigkeits-Anzeige – Die Geschwindigkeit wird in Meilen oder Kilometer pro Stunde angezeigt. Die Anzeige der Geschwindigkeit in Meilen oder Kilometern kann im Einstellungsmenü gewählt geändert werden. *Siehe Abschnitt „Einstellungen“*.
4. Programmierungsschritt-Symbolfeld (1,2,3,4,5) – Die Ziffern geben den Programmierungsschritt an, den Sie gerade ausführen (nicht abgebildet).
5. Programmprofil-Anzeige – Die Höhe der Segmente zeigt die Schwierigkeitsstufe während des aktuellen Zeitintervalls an.
6. Entfernungs-Anzeige – Die Entfernung wird in Meilen oder Kilometern angezeigt. Die Anzeige der Entfernung in Meilen oder Kilometern kann im Einstellungsmenü gewählt werden. *Siehe Abschnitt „Einstellungen“*.
7. Herzfrequenz-Anzeige – Berechnet die Herzfrequenz des Benutzers in Schlägen pro Minute, wenn dieser einen Brustgurt trägt oder die Herzfrequenz-Kontaktelektroden umfasst (bei Modell X1 wird keine Herzfrequenz angezeigt).
8. Zielherzfrequenz-Anzeige – Berechnet die maximale Herzfrequenz des Benutzers ausgehend von 220 minus dem Alter des Benutzers. Die Zielherzfrequenz wird dann je nach dem ausgewählten Programm angezeigt.

Kurzanleitung: Standard-Trainingskonsole *Fortsetzung*

9 Kalorien-Anzeige – Zeigt den berechneten durchschnittlichen Kalorienverbrauch basierend auf einer von Life Fitness entwickelten Kalorienformel an.

10 Pause-/Fortsetzen-Taste – Wenn diese Taste einmal während eines Trainings gedrückt wird, wird das Programm 5 Minuten lang unterbrochen. Das Training wird fortgesetzt, wenn die Taste erneut gedrückt wird.

11 Navigationstasten – Ermöglicht die Navigation in der Software nach oben und unten sowie vorwärts und rückwärts und die Einstellung/Änderung der Trainingswerte für Belastung, Zeit und Geschwindigkeit.

12 Eingabe-/Starttaste – Diese Taste drücken, während der Bildschirm „Training auswählen“ angezeigt wird, um ein Schnellstart-Trainingsprogramm zu beginnen. Diese Taste kann auch verwendet werden, um die Programmdaten während eines Trainings einzugeben oder zu ändern.

13 Resettaste – Bei der Eingabe der Programmdaten fungiert diese Taste als Löschtaste. Diese Taste dreimal drücken, um ein Trainingsprogramm zu beenden.

Verwendung der Standard-Trainingsanzeige

Die Standard-Trainingskonsole wurde entworfen, um das Navigieren durch Verwendung spezieller Symbole und Tasten so einfach wie möglich zu gestalten. Die Konsolenanzeige reduziert das Umschalten zwischen Programminformationen. Alle Informationen des Trainings-Feedbacks, einschließlich Belastung, Zeit und Geschwindigkeit, erscheinen in einem separaten Fenster.

Verwendung der Standard-Trainingskonsole *Fortsetzung*

1 Belastungs-/Steigungs-Anzeige

a. Belastungs-Anzeige (Fahrradergometer/Cross-Trainer) – An Fahrradergometern und Cross-Trainern von Life Fitness werden zwei Arten von Belastungsstufen verwendet. Die erste Belastungsart ist der tatsächliche Bremswiderstand. Diese Art von Belastung kann vom Benutzer nur in einem manuellen Trainingsprogramm eingestellt werden. Der Bereich des möglichen Bremswiderstands liegt zwischen 1 und 20. Die zweite Art der Belastung ist die Schwierigkeitsstufe. Es stehen 20 Schwierigkeitsstufen zur Verfügung. Die Schwierigkeitsstufe entspricht dem Bereich der tatsächlichen Bremswiderstandsstufen und wird nur bei den Trainingsprogrammen Zufall, Hügel, EZ Incline und Sport Training verwendet. Wenn Sie z. B. eine Schwierigkeitsstufe von 10 auswählen, entspricht dies einem tatsächlichen Bremswiderstand von 5–14. In den Trainingsprogrammen Zufall, Hügel, EZ Incline und Sport-Training wird die Schwierigkeitsstufe während der Programmierung und danach immer nur dann angezeigt, wenn Sie die Stufe während des Trainings ändern. Ansonsten wird während des Trainings die tatsächliche Belastung angezeigt. Genauere Informationen über die Schwierigkeitsstufen finden Sie in der Tabelle auf der folgenden Seite.

b. Belastungs-/Steigungs-Anzeige (Laufbänder) – Bei Laufbändern von Life Fitness werden zwei Arten von Belastungsstufen verwendet. Die erste Belastungsart ist die Steigungsstufe oder der Steigungs-Prozentsatz. Die Steigungsstufe kann vom Benutzer lediglich manuell in einem manuellen Trainingsprogramm eingestellt werden. Der Bereich der möglichen Prozentwerte für die Steigung liegt bei 0–12 % und kann in Schritten von 0,5 % eingestellt werden. Die zweite Schwierigkeitsstufe entspricht dem Bereich der tatsächlichen Steigungs-Prozentwerte. Schwierigkeitsstufen werden nur in den Trainingsprogrammen Zufall, Hügel, EZ Incline und Sport-Training verwendet. Wenn ein Benutzer z. B. eine Schwierigkeitsstufe von 10 wählt, entspricht dies einem Bereich von Steigungs-Prozentsätzen zwischen 3 % und 7 %. In den Trainingsprogrammen Zufall, Hügel, EZ Incline und Sport Training wird die Schwierigkeitsstufe während der Programmierung und danach immer nur dann angezeigt, wenn die Schwierigkeitsstufe während des Trainings geändert wird. Ansonsten wird während dieser Trainingsprogramme der Prozentsatz der Steigung angezeigt. Genauere Informationen über die Schwierigkeitsstufen finden Sie in der Tabelle auf der folgenden Seite.

c. Änderung der Belastung während eines Trainingsprogramms – Wenn Sie die Belastung während eines Trainingsprogramms ändern möchten, muss der Unterstrich in der obersten Reihe des Trainings-Feedbacks unter dem Belastungswert positioniert sein. Wenn sich der Unterstrich an einer anderen Stelle befindet, kann er mithilfe der Pfeiltasten nach links/rechts bewegt werden. Zum Einstellen der Belastung drücken Sie einfach auf die Auf- und Abwärts-Tasten.

Verwendung der Standard-Trainingskonsole

Schwierigkeits-stufe	Bremsstufe (CT/Fahrradergometer)	Steigungsstufe (Laufbänder)	
20	12 - 20	8,0 - 12,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
19	11 - 19	7,5 - 11,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
18	10 - 18	7,0 - 11,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
17	9 - 17	6,5 - 10,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
16	8 - 17	6,0 - 10,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
15	8 - 16	5,5 - 9,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
14	7 - 16	5,0 - 9,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
13	7 - 15	4,5 - 8,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
12	6 - 15	4,0 - 8,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
11	6 - 14	3,5 - 7,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
10	5 - 14	3,0 - 7,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
9	5 - 13	2,5 - 6,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
8	4 - 13	2,0 - 6,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
7	4 - 12	1,5 - 5,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
6	3 - 12	1,0 - 5,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
5	3 - 11	0,5 - 4,5	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
4	2 - 11	0,0 - 4,0	Hinweis: In Schritten von 0,5 % einstellbar.
3	2 - 10	0,0 - 3,0	Hinweis: In Schritten von 0,3 % einstellbar.
2	1 - 10	0.0 - 2,0	Hinweis: In Schritten von 0,15 % einstellbar.
1	1 - 9	0,0 - 1,0	Hinweis: In Schritten von 0,1 % einstellbar.

Verwendung der Standard-Trainingskonsole *Fortsetzung*

2 Zeit-Anzeige

In der Zeit-Anzeige wird die Zeitdauer in Minuten angezeigt, die bei der Programmierung eines Trainings eingegeben wurde. Die Zeitdauer kann in Schritten von 1:00 Minute eingestellt werden. Während der Programmierung kann die Zeit auf einen Wert zwischen 00:00 und 99:99 Minuten eingestellt werden. Der Benutzer beginnt jedes Training mit einer Aufwärmphase, die nicht in der Gesamtzeit des Trainingsprogramms eingeschlossen ist. Um die Aufwärmphase zu überspringen, die Ab-Pfeiltaste drücken, bis eine Aufwärmzeit von 00:00 angezeigt wird. Nun beginnt die Trainingsdauer. Hinweis: Beim Einstellen der Zeit sicherstellen, dass der Unterstrich unter dieser Anzeige erscheint. Während des Trainings kann die Zeit durch Drücken der Auf/Ab-Pfeiltasten geändert werden. Nach Beendigung des Trainings beginnt eine automatische Abkühlphase (Cooldown). Diese Phase kann durch Drücken der Ab-Pfeiltaste und Reduzierung der Zeitdauer auf 00:00 übersprungen werden. Als Option kann die Einstellung des Cooldown so vorgenommen werden, dass die Zeit von 00:00 aus nach oben oder unten gezählt wird und mit der bei der Programmierung eingestellten Zeit endet.

3 Geschwindigkeits-Anzeige

Die Geschwindigkeit wird in Meilen oder Kilometern pro Stunde (MPH oder km/h) angezeigt. Mit der Formel wird angestrebt, die Meilen/Kilometer pro Stunde wiederzugeben, die beim Training im Freien erreicht werden würden. *Der Geschwindigkeitsbereich bei Fahrradergometern und Cross-Trainern beginnt bei 0.5 mph (0,8 km/h) und wird in Schritten von 0.1 mph (0,16 km/h) angezeigt und geändert. Der Geschwindigkeitsbereich bei Laufbändern beträgt 0.5 bis 10.0 mph (0,8 bis 16 km/h) und kann in Schritten von 0.1 mph (0,16 km/h) eingestellt werden.* Die Anzeige der Geschwindigkeit in Meilen oder Kilometern kann im Einstellungsmenü gewählt werden. *Siehe Abschnitt „Einstellungen“.*

4 Entfernungs-Anzeige

Die Entfernung wird in Meilen oder Kilometern angezeigt. Mit der Formel für die Entfernung wird angestrebt, die Meilen/Kilometer wiederzugeben, die beim Training im Freien absolviert werden würden. Die Formel für die Entfernung entspricht nicht immer der von anderen Life Fitness Produkten oder Produkten anderer Hersteller verwendeten Formel. Die Anzeige der Entfernung in Meilen oder Kilometern kann im Einstellungsmenü gewählt werden. *Siehe Abschnitt „Einstellungen“.*

Verwendung der Standard-Trainingskonsole

5 Zielherzfrequenz-Anzeige

Die Zielherzfrequenz ist ein während des kardiovaskulären Trainings angestrebter Bereich, in dem das Herz und die Lunge den größten Nutzen aus diesem Training ziehen. Die Konsole berechnet die Zielherzfrequenz durch Multiplikation der maximalen Herzfrequenz (220 minus Alter des Benutzers) mit einer Belastungsstufe. Life Fitness verwendet eine Belastungsstufe von 65 % für Gewichtsabnahme und Fettabbau und 80 % für die Verbesserung der kardiovaskulären Leistungsfähigkeit. Die Anzeige wechselt zwischen den Belastungsstufen 65 % und 80 %. Wenn die tatsächliche Herzfrequenz des Benutzers unterhalb oder oberhalb der Zielherzfrequenz liegt, erscheint ein nach oben oder nach unten gerichteter Pfeil (außer bei Modell X1).

> Beispiel: Der Benutzer ist 45 Jahre alt. Gemäß der Formel 220 – 45 beträgt die maximale Herzfrequenz eines 45-jährigen Benutzers damit 175. Für Gewichtsverlust und Fettabbau beträgt die optimale Zielherzfrequenz nach der Formel 175 x 65 % damit 114.

6 Herzfrequenz-Anzeige

Die Herzfrequenz ist die Anzahl der Kontraktionen des Herzmuskels in einer Minute. Die Herzfrequenz-Anzeige berechnet die tatsächliche Herzfrequenz des Benutzers während des Trainings in Kontraktionen oder Schlägen pro Minute. Der Benutzer muss die Herzfrequenz-Kontaktelektroden berühren, damit die Anzeige der Herzfrequenz funktioniert (nicht verfügbar bei Modell X1). Life Fitness empfiehlt, die Sensoren zu greifen und die Hände so still wie möglich zu halten, um eine optimale Herzfrequenzanzeige zu erzielen und mögliche „Muskelsignale“ zu vermeiden, die nicht mit dem Herzen zusammenhängen.

Verwendung der Standard-Trainingskonsole *Fortsetzung*

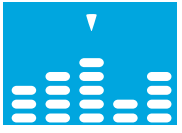
7 Kalorien-/Watt-Anzeige

Eine Kalorie ist die Maßeinheit zum Messen von Energie. Sie repräsentiert den Energiewert, der aus der Nahrung gewonnen wird. Eine Kalorie ist die Energie, die in etwa erforderlich ist, um die Temperatur von 1 Gramm Wasser um 1 Grad Celsius zu erhöhen. Die Konsole berechnet den durchschnittlichen Kalorienverbrauch basierend auf einer von Life Fitness entwickelten Kalorienformel. Diese Formel entspricht u. U. nicht der für Maschinen anderer Hersteller oder für andere Maschinen von Life Fitness verwendeten Formel. In diesem Fenster können auch Werte mit der Einheit Watt angezeigt werden, sofern dies im Einstellungsmenü aktiviert wurde. *Siehe Menü „Einstellungen“.*

8 Programmprofil-Anzeige

Auf dieser Anzeige erscheint eine grafische Darstellung des gesamten Widerstandsprofils eines Trainingsprogramms. Die während eines bestimmten Trainings ausgewählte Zeit wird gleichmäßig über 24 Säulen im Profil verteilt. Die Höhe der Säulen (maximal 9 Segmente) repräsentiert die Belastungsstufe und zeigt die Intensität eines ausgewählten Trainings an. Diese Höhe ändert sich während eines Trainingsablaufs nicht, wenn der Widerstand verändert wird. Die aktuelle Belastungsstufe im Profil wird durch einen Pfeil gekennzeichnet, der nach unten auf die Säule gerichtet ist.

9 Programmprofil-Anzeigepfeil



Der Pfeil über der Säule im Programmprofil zeigt die Stelle an, an der sich der Benutzer in diesem Programm befindet. Die Position wird repräsentiert durch die bei der Programmierung eingestellten Zeit, dividiert durch die Anzahl der Säulen (24). Beispiel: Bei einem 24-minütigen Training bewegt sich der Pfeil um eine Säule pro Minute.

10 Pause-/Fortsetzen-Taste

Wenn diese Taste während des Trainings einmal gedrückt wird, wird das Programm 5 Minuten lang unterbrochen. Das Training wird fortgesetzt, wenn die Taste erneut gedrückt wird. Wenn ein unterbrochenes Trainingsprogramm nicht innerhalb von 5 Minuten wieder aufgenommen wird, löscht die Konsole das aktuelle Trainingsprogramm und kehrt zum Programmierungsmodus zurück. Die Pausendauer kann im Einstellungsmenü geändert werden. *Siehe Abschnitt „Einstellungen“.*

Verwendung der Standard-Trainingskonsole

11 Navigationstaste

Ermöglicht die Navigation in der Software nach oben und unten sowie vorwärts und rückwärts und die Einstellung/Änderung der Trainingswerte für Belastung, Zeit und Geschwindigkeit. **Beim Programmieren eines Trainingsprogramms** können Sie mithilfe der Pfeiltasten nach links/rechts die Optionen für das Programm durchlaufen und dann mithilfe der Pfeiltasten nach oben/unten die Werte einstellen. **Während eines Trainingsprogramms können** Sie mithilfe der Pfeiltasten nach links/rechts zwischen einstellbaren Optionen wechseln und dann mithilfe der Pfeiltasten nach oben/unten die entsprechenden Werte einstellen.

12 Eingabetaste

Die Eingabetaste kann während der Initialisierung gedrückt werden, um den Schnellstart eines 30-minütigen manuellen Trainings aufzurufen. Nach der Initialisierung funktioniert die Eingabetaste als Auswahltaste.

13 Resettaste

Durch Drücken dieser Taste werden beim Programmieren eines Trainings falsche Daten, wie z. B. Gewicht oder Alter, gelöscht, sofern die EINGABETASTE noch nicht gedrückt wurde. Wenn die Taste RESET während eines Trainingsprogramms dreimal hintereinander gedrückt wird, wird das Training sofort unterbrochen und die Konsole kehrt zum Bildschirm „Training auswählen“ zurück.

Verwendung der Standard-Trainingskonsole

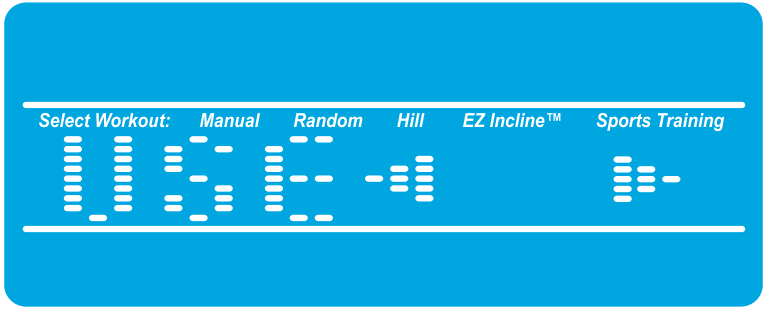
Trainingsprogramme im Überblick

Die Standard-Trainingskonsole verfügt über fünf vorprogrammierte Trainingsprogramme, die von Life Fitness entwickelt wurden. Jedes Trainingsprogramm verfolgt ein anderes Ziel. Lesen Sie die verschiedenen Programmbeschreibungen gut durch, damit Sie sich ein Training zusammenstellen können, das auf Ihre spezifischen Ziele ausgerichtet ist.

Die Programmbeschreibungen auf den folgenden Seiten sind mit „Anfänger – Trainingsbeginn“ bzw. „erfahren – fit“ bezeichnet. Trainingsprogramme für Anfänger sind für Benutzer bestimmt, die erstmals ein Trainingsprogramm aufstellen. Bei Anfängerprogrammen wird die Intensität nur begrenzt und allmählich geändert. Trainingsprogramme für Erfahrene sind für Benutzer gedacht, die ein Training mit größeren Herausforderungen wünschen und deren Kondition besser ist.

Unterschiedliche Trainingsprogramme erfordern unterschiedliche Programmierungsschritte. Der folgende Abschnitt beschreibt die einzelnen Schritte im Detail.

Der Hauptbildschirm der Konsole wird als Bildschirm „Training auswählen“ bezeichnet und sieht wie folgt aus:



Verwendung der Standard-Trainingskonsole

Trainingsprogramme im Überblick *Fortsetzung*

Wenn dieser Bildschirm auf der Konsole erscheint, können Sie mithilfe der Pfeiltasten nach oben/unten oder nach links/rechts sämtliche Auswahlmöglichkeiten für das Trainingsprogramm durchlaufen und ein Programm durch Drücken der Eingabe-/ Starttaste auswählen. Wenn der oben dargestellte Bildschirm „Training auswählen“ erscheint, können Sie zudem durch Drücken der Eingabe-/Starttaste ein Schnellstart-Trainingsprogramm aufrufen.

Nachdem ein Trainingsprogramm ausgewählt wurde, erscheint die Anzeige ***Setup workout 1 2 3 4 5*** auf dem Bildschirm. Dieses Symbolfeld gibt an, wie viele Schritte erforderlich sind, um mit dem Training beginnen zu können. Der Schritt, den der Benutzer gerade ausführt, blinkt, um anzuzeigen, an welcher Stelle des Programmierablaufs Sie sich befinden. Während der Programmierung können die Pfeiltasten nach oben/unten verwendet werden, um den ausgewählten Wert einzustellen, und die Pfeiltasten nach links/rechts, um zwischen den verschiedenen Schritten hin und her zu wechseln. Auf die Pfeiltaste nach rechts oder auf die Eingabetaste drücken, um mit dem nächsten Schritt fortzufahren. Nach dem letzten Schritt müssen Sie die Eingabetaste drücken, um mit dem Training beginnen zu können.

SCHNELLSTART ist ein beschleunigter Programmiervorgang für einen raschen Trainingsbeginn. Die Schritte zur Auswahl eines spezifischen Trainingsprogramms werden dabei übersprungen. Zum Aufrufen eines SCHNELLSTART-Trainingsprogramms müssen Sie auf dem Bildschirm TRAINING AUSWÄHLEN die Taste EINGABE/START drücken. Daraufhin beginnt ein Programm mit gleich bleibendem Widerstand. Der Benutzer muss die Belastungsintensität selbst verändern.

Verwendung der Standard-Trainingskonsole

Verwendung der Trainingsprogramme

1 Manuelles Training *(Anfänger – Trainingsbeginn)*

Zugriff: Sie können mit diesem Training beginnen, indem Sie mithilfe der Navigationstasten das Programmprofil „Manuell“ aufrufen und dann die Eingabetaste drücken.

Beschreibung: Das Trainingsprogramm „Manuell“ ist ein einfaches Programm ohne voreingestellte Belastungsstufen. Beim manuellen Trainingsprogramm beginnt der Benutzer bei Fahrradergometern und Cross-Trainern mit der Widerstandsstufe 1 und bei Laufbändern mit 0.5 MPH (0,8 km/h) und einer Steigung von 0 %. Der Benutzer kann die Werte für die Belastung und die Geschwindigkeit/Steigung selbst einstellen.

Ziel: Dieses Trainingsprogramm ist für Benutzer konzipiert, die über wenig Erfahrung mit dem Training auf Fitnessgeräten verfügen und die selbst über die Einstellungen für Belastungsintensität und Geschwindigkeit/Steigung entscheiden möchten.

TRAININGSPROGRAMM MANUELL

Verwendung der Trainingsprogramme *Fortsetzung*

2 Trainingsprogramm Zufall *(Erfahren – Fit)*

Zugriff: Sie können mit diesem Training beginnen, indem Sie mithilfe der Navigationstasten das Programmprofil „Zufall" aufrufen und dann die Eingabetaste drücken.

Beschreibung: In diesem Programm erstellt die Konsole ein Gelände mit verschiedenen Hügeln und Tälern. Es stehen mehr als eine Million verschiedener Kombinationen zur Verfügung. Im Programm Zufall werden Einstellungen für Widerstand (*Fahrradergometer und Cross-Trainer*) oder Steigung (*Laufbänder*) verwendet, um Hügel/Täler zu repräsentieren. Die Geschwindigkeit wird vom Benutzer eingestellt.

Ziel: Dieses Training wurde entwickelt, um dem Benutzer eine unendliche Trainingsvielfalt zu ermöglichen, die Langeweile beim Training vermeidet und die Motivation verbessert.

TRAININGSPROGRAMM ZUFALL

Verwendung der Trainingsprogramme *Fortsetzung*

3 Trainingsprogramm Hügel *(Erfahren – Fit)*

Zugriff: Sie können mit diesem Training beginnen, indem Sie mithilfe der Navigationstasten das Programmprofil „Hügel“ aufrufen und dann die Eingabetaste drücken.

Beschreibung: Das patentierte Programm „Hügel“ von Life Fitness ist ein Intervalltraining. Die Intervalle bestehen aus Phasen intensiver kardiovaskulärer Belastung. Das Programmprofilfenster zeigt die Intensität der Intervalle an, die wie Hügel und Täler aussehen. Es werden Widerstands- und Steigungseinstellungen zur Simulation von Hügeln/Tälern verwendet. Die Geschwindigkeit wird vom Benutzer eingestellt.

Das Programm Hügel besteht aus zwei Hauptphasen zwischen der Aufwärm- und der Abkühlphase.

Plateau: Erhöht die Belastung leicht und hält sie dann konstant, um die Herzfrequenz im unteren Bereich für die Zielherzfrequenzzone zu halten.

Intervalltraining: Eine Reihe von zunehmend steileren Hügeln, die jeweils durch ein Tal (oder eine Erholungsperiode) unterbrochen werden. Die Herzfrequenz sollte in diesem Segment in den oberen Bereich der Zielherzfrequenzzone ansteigen.

TRAININGSPROGRAMM HÜGEL

Ziel: Wissenschaftliche Studien haben erwiesen, dass ein elektronisch gesteuertes Intervalltrainingsprogramm größere kardiovaskuläre Trainingseffekte erzielt als ein Training mit konstanter Belastungsintensität. Das Ziel dieses Trainings ist die Verbesserung der kardiovaskulären Leistungsfähigkeit und das Überwinden von Fitnessplateaus.

Verwendung der Trainingsprogramme *Fortsetzung*

4 Trainingsprogramm EZ Incline™ *(Anfänger – Trainingsbeginn)*

Zugriff: Sie können mit diesem Training beginnen, indem Sie mithilfe der Navigationstasten das Programmprofil „EZ Incline“ aufrufen und dann die Eingabetaste drücken.

Beschreibung: Das Programm EZ Incline besteht aus einem Hügel. Die Höhe des Hügels wird vom Benutzer bei der Programmierung bestimmt. Der höchste Punkt des Hügels wird nach 75 % der Trainingsdauer erreicht. Anschließend kehrt der Widerstand oder die Steigung allmählich wieder auf Stufe 1 bzw. 0 % zurück.

Ziel: Bei diesem Training erfolgen die allmählichen Steigungsänderungen fast unmerklich, wodurch die wahrgenommene Anstrengung verringert wird. Dieses kardiovaskuläre Training ist effektiv, schnell und gleichzeitig angenehm. Das Hauptziel des Trainings ist die Verbesserung der kardiovaskulären Leistungsfähigkeit ohne die Beanspruchung, die ein rigoroses Training mit sich bringt.

TRAININGSPROGRAMM EZ INCLINE™

Verwendung der Trainingsprogramme *Fortsetzung*

5 Trainingsprogramm Sport-Training *(Erfahren – Fit)*

Zugriff: Sie können mit diesem Training beginnen, indem Sie mithilfe der Navigationstasten das Programmprofil „Sport-Training“ aufrufen und dann die Eingabetaste drücken.

Beschreibung: Sport-Training ist ein Programm, bei dem ein Training im Freien simuliert wird. Hierbei wird ein Grundwert angesetzt, der eine ebene Fläche repräsentiert. Das Programm simuliert dann Bergaufbewegung mit Werten über dem Grundwert und Bergabbewegung mit Werten unter dem Grundwert. Die Einstellungen über und unter dem Grundwert sind Änderungen für Widerstand oder Steigung. Die Geschwindigkeit wird vom Benutzer eingestellt.

Ziel: Dieses Programm zielt darauf ab, das Training im Freien zu simulieren.

TRAININGSPROGRAMM SPORT-TRAINING

Verwendung des Menüs „Einstellungen“

Einstellungen

Sie können auf das Menü „Einstellungen“ zugreifen, indem Sie auf dem Bildschirm „Training auswählen“ die Eingabetaste 5 Sekunden lang gedrückt halten. Anschließend erscheint „MENÜ-EINST“ auf dem Bildschirm.

- Sie können die Einstelloptionen mithilfe der Pfeiltasten nach links/rechts durchlaufen. Die Einstelloptionen werden in der oberen Zeile auf dem Bildschirm angezeigt.
- Die Einstellungen können mithilfe der Pfeiltasten nach oben/unten geändert werden. Im Programmprofil können Sie die einzelnen Einstelloptionen ändern.
- Mithilfe der Eingabetaste oder den Pfeiltasten nach links/rechts können Sie die Änderungen speichern und mit der nächsten Option fortfahren.
- Mithilfe der Resettaste können Sie einen Wert auf den Standardwert zurücksetzen.

Nachfolgend finden Sie eine Liste der möglichen Einstellungen mit den entsprechenden Auswahloptionen.

- Energiesparmodus
  Anzeige: „ENERGIESPARMODUS“
  Auswahloptionen: AUS, 1 Min, 2 Min, 3 Min, 4 Min und 5 Min
- Modus Englisch/Metrisch
  Anzeige: „Einheit“
  Auswahloptionen: Englisch und Metrisch

Verwendung des Menüs „Einstellungen“ *Fortsetzung*

- Piepton
  Anzeige: „Piepton“
  Auswahloptionen: Ein und Aus
- Pausendauer
  Anzeige: „Pause“
  Auswahloptionen: 1 Min bis 30 Min
- Watt
  Anzeige: „Watt“
  Auswahloptionen: Ein und Aus
- Kontrast
  Anzeige: „Kontrast“
  Auswahloptionen: 1–10, wobei 10 die hellste Einstellung ist
- Trainingszeitgeber
  Anzeige: „Zeit“
  Auswahloptionen: Erhöhen oder Reduzieren
- Sicherheitsmodus
  Anzeige: „Sicherheitsmodus“
  Auswahloptionen: Ein (30 Sekunden) oder Aus
- Statistik – Eingabetaste drücken, um folgende Werte anzuzeigen:

  „Gesamtstunden“ (Gesamtzahl der Stunden, die das Gerät für ein Training in Betrieb war)

  „Gesamtmeilen“ (Anzahl der Meilen/Kilometer, für die das Gerät verwendet wurde)

  „Hubminuten“ (nur Laufband: Anzahl der Minuten, in denen der Hubmotor verwendet wurde)
- Softwareversion – Eingabetaste drücken, um folgende Werte anzuzeigen:

  Konsolen-Softwareversion
  Konsolensoftware-Teilnummer
  Konsolensoftware-Erstellungsdatum
  Motorsteuergerät-Teilnummer (nur Laufband)
  Teilnummer der Motorsteuergerät-Software (nur Laufband)
  Erstellungsdatum der Motorsteuergerät-Software (nur Laufband)

Tipps zur Wartung und Pflege

Technologie, Elektronik und Mechanik der Produkte von Life Fitness basieren auf dem umfangreichen fachlichen Know-how der Ingenieure von Life Fitness. Diese Trainingsgeräte zeichnen sich durch hervorragende mechanische Stabilität und störungsfreien Betrieb aus. Die Produkte von Life Fitness halten in Fitnessstudios, Ausbildungseinrichtungen, Kasernen und an anderen Standorten weltweit täglich extremsten Belastungen stand.

HINWEIS: *Die Sicherheit des Gerätes ist nur gewährleistet, wenn es regelmäßig auf Schäden und Verschleiß untersucht wird. Bei erforderlichen Wartungsarbeiten darf das Gerät erst wieder nach Reparatur bzw. Austausch von defekten Teilen benutzt werden. Besonders auf den Zustand von Verschleißteilen achten (siehe „Wartungs- und Inspektionskalender").*

Folgende Tipps zur Wartung und Pflege gewährleisten die optimale Funktion der Konsole:

- Das Produkt an einem kühlen, trockenen Ort aufstellen.
- Fingerabdrücke und Schweißränder stets von der Konsole abwischen.
- Ein weiches Tuch aus **reiner Baumwolle** leicht mit Wasser und einem milden Reinigungsmittel befeuchten und das Trainingsgerät damit abreiben. Andere Gewebearten, einschließlich Papierhandtüchern, können Kratzer hinterlassen. **Keine scharfen Reinigungsmittel verwenden.**
- Lange Fingernägel können die Konsole beschädigen oder verkratzen; mit den Fingerkuppen auf die Konsolentasten drücken.

  Das Gehäuse regelmäßig gründlich reinigen.

HINWEIS: *Zum Reinigen der Außenflächen ein nicht scheuerndes Mittel und ein weiches Baumwolltuch verwenden. Haushaltsreiniger niemals direkt auf das Gerät, sondern auf ein weiches Tuch auftragen und die Außenflächen damit abwischen.*

Standard-Trainingskonsole – Fehlersuche

1. **Das Konsolenfenster sieht ungewöhnlich aus oder zeigt eine Fehlermeldung an und funktioniert nicht.**

   A. Ziehen Sie den Netzstecker aus dem Gerät, um die Konsole zurückzusetzen und stecken Sie ihn dann wieder ein. Falls die Fehlermeldung weiterhin angezeigt wird, wiederholen Sie diesen Vorgang mehrfach. Falls das Problem immer noch besteht, rufen Sie bitte den Kundendienst an.

2. **Die Konsole ruft einen Modus auf, bei dem im Nachrichtenfenster „EINGABETASTE DRÜCKEN" angezeigt wird.**

   A. Das Produkt befindet sich im Sicherheitsmodus. Diese Sperrfunktion soll verhindern, dass versehentlich eine falsche Taste gedrückt wird. Sie können diese Funktion im Einstellungsmenü deaktivieren oder die Zeitdauer bis zur Aktivierung dieser Funktion verlängern. Weitere Informationen finden Sie im Abschnitt „Menü Einstellungen" dieses Handbuches.

3. **Auf der Konsole wird „TASTE HÄNGT" angezeigt.**

   A. Eine der Tasten hängt unter der Kunststoffhülle der Konsole; alle Tasten überprüfen und die hängende Taste durch Drücken auf die Seiten der Taste lösen. Wenn dies nicht erfolgreich ist, können Sie versuchen, die Taste durch Trennen und erneutes Anschließen der Netzkabels zu lösen.

4. **Die Konsole zeigt „ENERGIESPARMODUS" an.**

   A. Die Konsole befindet sich im Energiesparmodus und kann durch Drücken einer beliebigen Taste aktiviert werden. Der Energiesparmodus kann im Einstellungsmenü ein- und ausgeschaltet werden.

5. **Die Konsole leuchtet nicht auf.**

   A. Stellen Sie sicher, dass das Gerät an die Stromversorgung angeschlossen ist bzw. treten Sie bei Modell R3 oder C3 in die Pedale, bis die Konsole aufleuchtet. Wenn die Konsole noch immer nicht aufleuchtet, müssen Sie überprüfen, ob alle Anschlüsse an der Rückseite der Konsole entsprechend den Montageanweisungen angebracht sind. Nehmen Sie Kontakt mit dem Kundendienst auf, wenn das Problem weiterhin besteht.

6. **Die Herzfrequenzanzeige erscheint fehlerhaft.**

   A. Die Hände von den Herzfrequenzsensoren nehmen und warten, bis das Symbol für die Herzfrequenz und der Anzeigewert für die Herzfrequenz nicht mehr angezeigt werden. Hierdurch wird das Herzfrequenzsystem zurückgesetzt. Die Handsensoren fest greifen und die Hände still halten. Das Herzfrequenz-Kontaktsystem kann bei verschiedenen Benutzern mehr oder weniger genau funktionieren.

Service und Reparatur

1. Überprüfen Sie das Störungssymptom und lesen Sie die entsprechende Stelle in der Bedienungsanleitung nach. Häufig sind Probleme auf mangelnde Vertrautheit mit den Programmen und der Bedienung des Gerätes zurückzuführen.
2. Machen Sie die Seriennummer des Basisgerätes und der Konsole ausfindig und notieren Sie diese Informationen. Das Seriennummernschild befindet sich an der vorderen Stabilisatorstange, die Seriennummer der Konsole befindet sich an der Rückseite.
3. Wenden Sie sich an den Kundendienst im Internet unter www.lifefitness.com oder rufen Sie die nächste Kundendienstgruppe an:

Kundendienst in den USA und Kanada:

Telefon: (+1) 847.451.0036
Fax: (+1) 847.288.3702
Gebührenfreie Rufnummer: 800.351.3737

Service und Reparatur- International:

Life Fitness Europe GmbH (München)
Telefon: (+49) 089.317.751.66
Fax: (+49) 089.317.751.38

Life Fitness LTD (Vereinigtes Königreich)
Telefon: (+44) 1353.665507
Fax: (+44) 1353.666018

Life Fitness Atlantic BV
Life Fitness Benelux (Belgien)
Telefon: +31 (0) 180 64 66 66
Fax: +31 (0) 180 64 66 99

Life Fitness Italia S.R.L. (Italien)
Telefon: (+39) 0472.835.470
Fax: (+39) 0472.833.150
Gebührenfreie Rufnummer: 800.438836

Life Fitness Vertriebs GmbH (Österreich)
Telefon: (+43) 1615.7198
Fax: (+43) 1615.7198.20

Life Fitness Asia Pacific Ltd (Asien/Pazifik)
Telefon: (+852) 2891.6677
Fax: (+852) 2575.6001

Life Fitness Latin America and Caribbean (Lateinamerika und Karibik)
Telefon: (+1) 847.288.3964
Fax: (+1) 847.288.3886

Life Fitness Brazil (Brasilien)
Telefon: (+55) 11.7295.2217
Fax: (+55) 11.7295.2218

Life Fitness Japan (Japan)
Telefon: (+81) 3.3359.4306
Fax: (+81) 3.3359.4307

Life Fitness Iberia (Spanien)
Telefon: (+34) 93.672.4660
Fax: (+34) 93.672.4670

Garantieinformationen

Deckungsumfang:

Dieses Verbraucherprodukt von Life Fitness („Produkt“) ist durch eine Garantie gegen Material- und Verarbeitungsfehler geschützt.

Garantieinhaber:

Der Erstkäufer oder die Person, die das neu gekaufte Produkt als Geschenk vom Erstkäufer erhält.

Garantiedauer:

Privatbenutzer: Die Garantie schließt alle elektrischen und mechanischen Teile sowie die Arbeitsleistung ein und gilt ab dem Kaufdatum für den in der Tabelle am Ende dieses Abschnitts angegebenen Zeitraum.

Kommerzieller Gebrauch: Die Garantie ist ungültig (dieses Produkt ist ausschließlich für die Verwendung im privaten Bereich vorgesehen).

Übernahme der Transport- und Versicherungskosten im Reparaturfall:

Wenn das Produkt oder ein unter die Garantie fallendes Teil zwecks Reparatur zu einer Kundendienststelle gesandt werden muss, trägt Life Fitness während der Garantiedauer alle Kosten für Versand und Versicherung (nur innerhalb der Vereinigten Staaten gültig). Nach Ablauf der Garantie trägt der Käufer die Transport- und Versicherungskosten.

Maßnahmen zur Behebung von Fehlern, die unter die Garantie fallen:

Sie erhalten von uns neue oder instandgesetzte Teile oder Komponenten, oder wir tauschen das Produkt nach unserem Ermessen aus. Die Garantiedauer für ausgetauschte Teile entspricht der verbleibenden Dauer bis zum Ablauf der ursprünglichen Garantie.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Garantieinformationen

Fortsetzung von der Vorherigen Seite

Deckungsausschluss:

Nicht eingeschlossen sind Fehler oder Schäden durch unerlaubte Reparatur, Missbrauch, Unfall, Fahrlässigkeit, unsachgemäße Montage oder Installation, Verschmutzungen durch Baumaßnahmen im Umfeld des Produktes, Rost oder Korrosion bedingt durch den Aufstellungsort des Produktes, Abweichungen oder Änderungen ohne unsere schriftliche Genehmigung und die benutzerseitige Nichtbeachtung der Bedienungsanleitung („Handbuch") bei der Verwendung, Inbetriebnahme und Wartung des Produktes. Diese Garantie wird ungültig, wenn dieses Produkt über die Landesgrenzen der Vereinigten Staaten hinaus (außer Alaska, Hawaii und Kanada) transportiert wird, und unterliegt dann den Garantiebestimmungen, die vom örtlichen Life Fitness Vertreter gewährt werden.

Ihre Verpflichtungen:

Aufbewahrung des Kaufbelegs (die Einsendung der beiliegenden Garantiekarte stellt die Registrierung der Kaufinformationen sicher, ist jedoch nicht unbedingt erforderlich); Verwendung, Bedienung und Wartung des Produktes gemäß den Anweisungen in der Bedienungsanleitung; Verständigung des Kundendienstes hinsichtlich eines Fehlers innerhalb von 10 Tagen nach Bemerken des Fehlers; auf Anweisung die Einsendung der defekten Teile zwecks Austausch oder ggf. des gesamten Produktes zwecks Reparatur. Life Fitness behält sich das Recht vor, darüber zu entscheiden, ob ein Produkt zur Reparatur einzusenden ist oder nicht.

Bedienungsanleitung:

Vor Inbetriebnahme dieses Produktes MÜSSEN SIE UNBEDINGT DAS HANDBUCH LESEN. Die im Handbuch angegebenen regelmäßigen Wartungsarbeiten müssen durchgeführt werden, um einen störungsfreien und zufriedenstellenden Betrieb zu gewährleisten.

Fortsetzung auf der nächsten Seite

Garantieinformationen

Fortsetzung von der Vorherigen Seite

Produktregistrierung:

Online unter **www.lifefitness.com/registration**. Sobald wir die Registrierung erhalten, sind Sie als Besitzer des Produktes eingetragen und Ihr Name, Ihre Adresse und das Kaufdatum sind bei uns erfasst. Wenn Sie die Registrierungskarte nicht an uns zurücksenden, hat dies keine Auswirkungen auf Ihre Rechte im Rahmen der Garantie. Wenn Sie als Käufer registriert sind, können Sie die Garantie auch dann in Anspruch nehmen, wenn Sie Ihren Kaufbeleg verloren haben. Bewahren Sie bitte Ihren Kaufbeleg (Rechnung oder Lieferschein) auf.

Ersatzteile und Kundendienst:

Rufen Sie einfach den Kundendienst montags bis freitags zwischen 8:00 und 17:00 Uhr (CST-Zeit) unter der Rufnummer 1-800-351-3737 oder (+1) 847-288-3300 an und geben Sie Ihren Namen, Ihre Anschrift und die Seriennummer Ihres Produktes an (Konsole und Rahmen haben evtl. unterschiedliche Seriennummern). Ein Kundendienstmitarbeiter wird Sie informieren, wie Sie ein Ersatzteil erhalten können und bei Bedarf einen Reparaturtermin an Ihrem Standort vereinbaren.

Ausschließliche Garantie:

DIESE GARANTIE ERSETZT ALLE ANDEREN AUSDRÜCKLICHEN ODER STILLSCHWEIGENDEN GARANTIEN, U. A. DIE STILLSCHWEIGENDEN GARANTIEN DER MARKTGÄNGIGKEIT UND EIGNUNG FÜR EINEN BESTIMMTEN ZWECK SOWIE ALLE ANDEREN VERPFLICHTUNGEN ODER HAFTUNGEN UNSERERSEITS. In Zusammenhang mit dem Verkauf dieses Produktes wird von uns die Zusicherung weiterer Auflagen oder Leistungspflichten durch Dritte weder unterstellt noch genehmigt. Keinesfalls sind wir, weder im Rahmen dieser Garantie noch anderweitig, haftbar für Schäden an Personen oder Eigentum, einschließlich entgangener Gewinne oder entgangener Einsparungen, für besondere, indirekte, sekundäre, zufällige oder Folgeschäden jeglicher Art, die aufgrund der Verwendung des Produktes, oder aufgrund des Unvermögens, das Produkt zu verwenden, entstehen.
In einigen Staaten ist der Ausschluss oder die Beschränkung von stillschweigenden Garantien oder der Haftung für zufällige oder Folgeschäden nicht zulässig. Die o.g. Beschränkungen oder Ausschlüsse gelten deshalb möglicherweise nicht in Ihrem Fall. Außerhalb der USA können die Garantiebestimmungen abweichen. Einzelheiten erfahren Sie bei Life Fitness.

TECHNISCHE DATEN	STANDARD-TRAININGSKONSOLE
Anzahl der Trainingsprogramme	5
Benutzerprofile	0
Interaktive Herzfrequenzprogrammierung	Nein
Herzfrequenz-Telemetrie	Nein
Kontaktherzfrequenz	Ja (außer Modell X1)
Rennmodus	Nein
Zielbasierte Trainingsprogramme	Nein
Belastungsstufen	20
Nachrichtenfenster	Nein
Art der Anzeige	Speziell geätzte LCD
Garantie	3 Jahre

Notizen

Life Fitness verfügt über eine umfassende Auswahl an erstklassigen Fitnessgeräten für den Privatgebrauch.

LIFECYCLE FAHRRADERGOMETER/HEIMTRAINER | LAUFBÄNDER | ELLIPTISCHE GANZKÖRPER-CROSS-TRAINER | STEPPER | FITNESS-SYSTEME

Wohin bringt Sie Ihr Training?

LIFEFITNESS.COM

8120701

© 2006 Life Fitness, eine Firma der Brunswick Corporation. Alle Rechte vorbehalten. Life Fitness, Lifepulse, FlexDeck und HeartSync sind eingetragene Marken der Brunswick Corporation. EZ Incline, Heart Rate Hill, Heart Rate Interval, Extreme Heart Rate, GoSystem, MagnaDrive, My Treadmill, My Workouts und Smart Stop sind Marken der Brunswick Corporation. Polar ist eine eingetragene Marke der Polar Electro, Inc. PM-005-06 (08.06)